دکتر آیسان سهرابی، روانشناس و استاد دانشگاه:

هر خودکشی بیش از یک نفر را می‌کشد

■ حسین فصیحی

از دست رفتن سلامت روان از جمله آسیب‌هایی است که می‌تواند منجر به بروز خودکشی شود. افراد بسیاری هستند که از آسیب‌هایی که به این رفتار پرخطر منجر می‌شود، رنج می‌برند و با وجود اینکه نشانه‌های این رفتار را از خود بروز می‌دهند، مداخله ضروری برای نجات آنها صورت نمی‌گیرد، بنابراین دست به خودکشی می‌زنند. به دلیل محدودیت‌های بسیاری که در مورد خودکشی وجود دارد، طرح این عنوان همواره با ملاحظات بسیاری همراه بوده، با این حال مصاحبه با کارشناسان در این باره می‌تواند همزمان با افزایش آگاهی اجتماعی، افراد در معرض خطر را از آسیب مصون نگه دارد. گفت‌وگوی ما با دکتر آیسان سهرابی، روانشناس و استاد دانشگاه در ادامه می‌آید.

در فرایندهایی که سمت خودکشی می‌رود، چه مؤلفه‌هایی دخالت دارد؟

ابتدا سپاسگزارم که این فرصت را در اختیار بنده قرار دادید تا درباره موضوع مهمی مثل خودکشی صحبت کنیم؛ موضوعی که نیاز به توجه و گفت‌وگوی بسیاری دارد تا بتوانیم درک بهتری از آن پیدا کنیم و به کسانی که درگیر این موضوع هستند کمک کنیم. خودکشی، معمولاً نتیجه یک طوفان در درون فرد است؛ از غم و تنهایی گرفته تا فشارهای بیرونی و گاهی حتی چیزهایی که در بدن و ذهنمان درست کار نمی‌کنند. این عوامل و مؤلفه‌ها، معمولاً به تنهایی اثر نمی‌کنند و به صورت ترکیبی و پیچیده عمل می‌کنند و می‌توانند در سه دسته اصلی روان‌شناختی، اجتماعی و زیستی بررسی شوند. مؤلفه‌های روان‌شناختی مثل افسردگی و ناامیدی، استرس یا حادثه‌های تروماتیک، اختلالات روانی، احساس گناه یا شرم را شامل می‌شود. مؤلفه‌های اجتماعی هم مثل انزوای اجتماعی، فشارهای فرهنگی یا اجتماعی و دسترسی به ابزار تقلید است. مؤلفه‌های زیستی مانند عدم تعادل شیمیایی مغز، سابقه خانوادگی و بیماری‌های جسمی، مثلاً فردی که به افسردگی مبتلاست و عزیزی را از دست داده اگر حمایت اجتماعی هم نداشته باشد، ممکن است بیشتر به خودکشی فکر کند.

در چنین شرایطی چطور تشخیص دهیم فردی در معرض خطر خودکشی است و چطور می‌شود به فرد کمک کرد؟

برای تشخیص خطر خودکشی و کمک به فرد، نیاز به دقت، حساسیت و آگاهی وجود دارد. تشخیص خودکشی از حرف‌ها و رفتارهای فرد شروع می‌شود؛ اگر ببینیم فردی دارد در خودش غرق می‌شود، با گوش دادن و همراهی می‌توانیم یک نور امید برایش روشن کنیم. فردی که به خودکشی فکر می‌کند، معمولاً نشانه‌هایی از خودش بروز می‌دهد که ترکیبی از رفتارها، حرف‌ها و تغییرات احساسی است، مثل نشانه‌های کلامی (کاش زنده نباشم، دیگه برام مهم نیست) یا تغییرات رفتاری (کناره‌گیری از جمع، از دست دادن علاقه، بخشندگی وسایل، رفتارهای پرخطر مثل مصرف زیاد الکل یا موادمخدر)، نشانه‌های احساسی (غمگینی شدید، بی‌قراری، احساس ناامیدی، گاهی آرامش ناگهانی و غیرطبیعی) و نشانه‌های جسمی (تغییر در خواب یا اشتها، خستگی مداوم یا بی‌انرژی بودن). لازم به ذکر است، کمک به کسی که در این موقعیت قرار دارد باید با احتیاط و همدلی انجام شود. می‌توان از طریق گوش دادن بدون قضاوت، بدون ترس و مستقیم پرسیدن اینکه «به خودکشی فکر کردی؟»، حمایت و دلگرمی دادن به فرد کمک کرد. نباید فراموش کرد کمک کردن به کسی در این موقعیت، می‌تواند سخت باشد. بنابراین فرد کمک‌کننده، نباید از خودش هم غافل باشد و اگر لازم شد، خودشان هم حمایت بگیرند.

در عمده موارد وقتی موضوع خودکشی مطرح می‌شود حرف از افسردگی هم در میان است. بفرمایید نشانه‌های افسردگی و مشخصه‌های خودکشی کدامند؟

افسردگی مثل یک سایه سنگین بر زندگی سنگینی می‌کند که غم و بی‌انگیزگی می‌آورد، اما خودکشی وقتی شروع می‌شود که فرد دیگر نوری در آن سایه نمی‌بیند و به فکر پایان دادن به همه چیز یا بهتر است بگوییم پایان دادن به دردهایش می‌افتد. نشانه‌های افسردگی و مشخصه‌های خودکشی، گاهی همپوشانی دارند، اما هر کدام ویژگی‌های خاص خودشان را هم دارند. شناختن این نشانه‌ها می‌تواند به ما کمک کند تا قبل از اینکه دیر شود، دستش را بگیریم. مهم‌ترین نشانه‌های افسردگی می‌تواند شامل احساس غم مداوم، از دست دادن علاقه، تغییر در خواب و اشتها، خستگی یا کمبود انرژی، احساس بی‌ارزشی یا گناه، مشکل در تمرکز، بی‌قراری یا کندی و افکار مرگ باشد. خودکشی معمولاً یک قدم فراتر از افسردگی است و نشان‌دهنده تصمیم یا تمایل پایان دادن به زندگی است. مشخصه‌های هشداردهنده می‌توانند شامل صحبت درباره خودکشی، آماده‌سازی و تحقیق درباره روش‌های خودکشی، انزوای شدید، رفتارهای پرخطر، ناامیدی مطلق و خداحافظی غیرعادی باشد. نکته کلیدی این است که افسردگی لزوماً به خودکشی ختم نمی‌شود، اما وقتی افکار خودکشی به افسردگی اضافه شود، خطر خیلی جدی‌تر می‌شود.

ارتباط این موضوع با بیماری روانی چگونه است؟

بیماری‌های روانی، یکی از مهم‌ترین عوامل زمینه‌ساز خودکشی به حساب می‌آیند و می‌توانند فرد را به سمتی ببرند که فکر کند هیچ راه فراری جز خودکشی نیست. برای همین، شناخت و درمان این بیماری‌ها، کلید نجات خیلی از زندگی‌هاست. بیماری‌های روانی به دلایل مختلفی همچون تأثیر بر ادراک و تصمیم‌گیری، افزایش ناامیدی و درد روانی، کنترل نکردن تکانه‌ها، توهم یا هذیان و سابقه خانوادگی و ژنتیک می‌توانند ذهن فرد را به سمتی ببرند که احساس کند زندگی ارزش ادامه دادن ندارد.

طبق تحقیقات آماری، حدود ۹۰ درصد از کسانی که خودکشی می‌کنند، یک بیماری روانی تشخیص داده شده یا تشخیص داده نشده، دارند. افسردگی شدید، شایع‌ترین بیماری مرتبط با خودکشی است (حدود ۵۰ تا ۷۰ درصد موارد).

چرخه بیماری روانی و خودکشی می‌تواند اینگونه عمل کند که با یک بیماری روانی (مثلاً افسردگی) شروع شود، این بیماری باعث انزوا، کاهش اعتماد به نفس و فشار اجتماعی شود و در نهایت بدون درمان یا حمایت، افکار خودکشی شروع شود و اگر شدت پیدا کند به اقدام منجر شود. بنابراین درمان بیماری روانی می‌تواند این زنجیره را بشکند.

آیا امکان خودکشی افراد مبتلا به اعتیاد و افسرده بالاست؟

امکان خودکشی در افراد مبتلا به اعتیاد و افسردگی به‌طور قابل توجهی بالاست. بر أساس تحقیقات آماری، احتمال اقدام به خودکشی می‌تواند ۹ تا ۱۰ برابر بیشتر از جمعیت عمومی باشد، چون همدیگر را تقویت می‌کنند و یک چرخه مخرب ایجاد و مثل دو آتش، همدیگر را شعله‌ور می‌کنند، چون فرد هم امیدش را از دست می‌دهد و هم کنترلش را. وقتی افسردگی و اعتیاد با هم باشند، فرد در یک تله می‌افتد. افسردگی باعث می‌شود فرد به مواد پناه ببرد و مواد هم افسردگی‌اش را عمیق‌تر می‌کند. اعتیاد می‌تواند جلوی درمان افسردگی را بگیرد، چون فرد به جای کمک گرفتن به مصرف ادامه می‌دهد. در حالت مستی یا نشئگی، کنترل تکانه‌ها کم می‌شود و احتمال اقدام ناگهانی به خودکشی بالا می‌رود. علت اینکه چرا این گروه اینقدر آسیب‌پذیر ترند، می‌تواند درد مضاعف (روانی، جسمی و اجتماعی)، دسترسی به ابزار خودکشی، منزوی شدن و حمایت کمتر اجتماعی باشد.

آیا می‌توان گفت کسی که خودکشی می‌کند، آسیب‌پذیری درونی دارد؟

بله، فردی که خودکشی می‌کند اغلب آسیب‌پذیری درونی دارد که می‌تواند ریشه در عوامل روانی، احساسی یا حتی زیستی داشته باشد. آسیب‌پذیری درونی به ویژگی‌ها یا حالاتی در وجود فرد اشاره دارد که او را در برابر افکار یا اقدام به خودکشی حساس‌تر می‌کند، مانند وضعیت روانی، تروماهای گذشته، ویژگی‌های شخصیتی و عوامل زیستی. این آسیب‌پذیری به این معنا نیست که فرد ذاتاً ضعیف است، بلکه یعنی معمولاً یک زخم یا شکنندگی دارد که با فشارهای زندگی و شرایط درونی و بیرونی خاصی باعث شده که ظرفیت تحملش در برابر فشارها کم شود.

فرضیه روان‌شناختی استرس- دیاتز بیان می‌کند: وقتی استرس از حد تحمل فرد بیشتر شود و فرد ابزار یا حمایت کافی برای مقابله نداشته باشد، افکار خودکشی شروع می‌شوند. لزوماً همه آسیب‌پذیر نیستند و هر کسی سطح تحملی دارد که به عواملی همچون حمایت اجتماعی و مهارت‌های مقابله‌ای بستگی دارد.

آیا افرادی که اعلام می‌کنند می‌خواهند خودکشی کنند، احتمال خودکشی‌شان بیشتر است؟

بله، کسانی که می‌گویند می‌خواهند خودکشی کنند، اغلب دارند یک هشدار می‌دهند و معمولاً در معرض خطر بیشتری هستند. بنابراین حرفشان را باید خیلی جدی گرفت، چون می‌تواند قدم آخر قبل از اقدام باشد، اما این موضوع به شرایط و زمینه بستگی دارد. اینکه چرا اعلام خودکشی خطر را بیشتر می‌کند، می‌تواند به‌خاطر مواردی همچون ابراز افکار واقعی، درخواست کمک یا مرحله برنامه‌ریزی به عنوان یک گزینه جدی باشد. طبق مطالعات، حدود ۷۵ درصد از افرادی که خودکشی منجر به مرگ داشتند، قبل از آن به یک نفر درباره افکارشان چیزی گفته‌اند.

آیا ممکن است افرادی برای جلب توجه دست به این کار بزنند؟

بله، گاهی، برخی ممکن است اعلام خودکشی را به عنوان تهدید نمایشی و بدون قصد واقعی یا برای جلب توجه یا دستکاری احساسات بقیه بزنند، چون نمی‌دانند چطور فریاد کمک‌شان را به گوش بقیه برسانند، اما حتی در این موارد هم نمی‌شود مطمئن بود، چون این موضوع پیچیده‌تر از یک انگیزه ساده است و گاهی خود فرد هم نمی‌داند که چقدر جدی است. ممکن است فرد به دلایلی همچون نیاز به شنیده شدن، ابراز درد عاطفی، مشکلات روانی یا فشار اجتماعی، به‌دنبال جلب توجه دیگران باشد. حتی اگر انگیزه جلب توجه باشد، این رفتار نشان‌دهنده یک مشکل عمیق‌تر است و احتمالاً فرد از نظر احساسی در وضعیت شکننده‌ای است.

بنابراین رد کردن آن به عنوان «نمایشی» می‌تواند خطر را بیشتر کند، چون ممکن است دفعه بعد برای اثبات جدیتش، اقدام خطرناک‌تری انجام دهد.

در خودکشی چه افرادی از خودشان یادداشت می‌گذارند؟

یادداشت بازماندگان مثل یک آینه است که درد و آخرین فکرهای فرد را نشان می‌دهد. اغلب پر از عذرخواهی و خداحافظی است و به بقیه کمک می‌کند که بفهمند چه در دلش بوده است.

در خودکشی، همه افراد یادداشت نمی‌گذارند، اما بعضی این کار را می‌کنند و این بستگی به شخصیت، انگیزه و شرایط آنها دارد. تحقیقات نشان می‌دهد حدود ۱۵ تا ۴۰ درصد از کسانی که خودکشی می‌کنند، یک یادداشت یا پیامی (مثل نامه، پیامک یا نوشته‌ای در شبکه‌های اجتماعی) به جا می‌گذارند. کسانی که می‌خواهند چیزی را توضیح دهند، افراد با شخصیت درونگرا یا متفکر، افرادی که به دنبال عذرخواهی یا خداحافظی هستند، کسانی که به خودکشی‌شان فکر شده و از قبل برنامه‌ریزی کرده‌اند یا افراد با بیماری روانی خاص، افرادی هستند که بیشتر احتمال دارد یادداشت بگذارند. علت یادداشت‌گذاری می‌تواند تسکین وجدان، ارتباط با بقیه، کنترل روایت یا ابراز احساسات باشد. معمولاً کسانی که یادداشت نمی‌گذارند، می‌تواند به‌خاطر اقدام‌های ناگهانی، انزوای شدید یا نبود انگیزه برای ادامه زندگی باشد.

یادداشت بازماندگان چرا مهم است و چه وجه‌اشتراکی در آن وجود دارد؟

یادداشت بازماندگان مهم است، چون اغلب بازتاب‌دهنده حال فرد در آخرین لحظات است و به درک انگیزه و احساسات فرد خودکشی‌کننده، کاهش احساس گناه در بازماندگان، پیشگیری در آینده، آخرین ارتباط برای بازماندگان مثل یک‌جور وصیتنامه عاطفی، شاهد قانونی یا اجتماعی کمک بسیار زیادی می‌کند.

هر یادداشت منحصربه‌فرد است، اما الگوهای مشترکی در آنها پیدا می‌شود که به حالات روانی و انگیزه‌های فرد اشاره دارد، مثل ابراز درد یا ناامیدی، عذرخواهی، توضیح دلیل، خداحافظی یا دلجویی، احساس گناه یا شرم، سادگی یا سردرگمی متن.

ما در مواردی شاهد خودکشی یکی از والدین هستیم. آیا احتمال دارد با خودکشی والد، فرزندان همان رفتار را تکرار کنند؟

بله، احتمال دارد که خودکشی یک والد، روی فرزندان تأثیر بگذارد و آنها را در معرض خطر تکرار همین رفتار قرار دهد، اما این موضوع قطعی نیست و با حمایت و درک درست، این چرخه قابل شکستن است. خودکشی والد می‌تواند از طریق عامل ژنتیکی، تأثیر روانی و عاطفی، یادگیری رفتار، تروما و استرس مزمن و انزوای اجتماعی بر فرزندان اثر بگذارد. تحقیقات آماری نشان می‌دهد کسانی که یک والدشان خودکشی کرده، دو تا چهار برابر بیشتر از بقیه در معرض خطر خودکشی هستند. عواملی همچون نبود حمایت، سابقه بیماری روانی در فرزند، تکرار مشکلات مشابه والد یا صحبت نکردن درباره خودکشی و سرکوب احساسات می‌تواند احتمال تکرار خودکشی را بیشتر کند و عواملی همچون دسترسی به روان‌درمانی یا مشاوره بعد از واقعه، وجود یه بزرگ‌تر حمایتگر و آموزش مهارت‌های مقابله با غم و استرس می‌تواند باعث کاهش تکرار خودکشی شود.

با این وصف توضیح دهید خودکشی یک فرد به دیگران چه آسیبی می‌رساند؟

خودکشی فقط یک نفر را از بین نمی‌برد؛ قلب و زندگی کسانی که بعد از او می‌مانند (همسر، خانواده و دوستان) را هم زخمی می‌کند، از غم و گناه گرفته تا ترس از تکرار آن درد. از خانواده و دوستان گرفته تا جامعه، آسیب‌های عمیق و طولانی‌مدت می‌زند. این تأثیرات می‌تواند احساسی، روانی، اجتماعی و حتی جسمی باشد. آسیب‌ها می‌تواند باعث درد عاطفی و غم در بازماندگان، احساس گناه و سرزنش، تروما و مشکلات روانی، افزایش خطر خودکشی در دیگران، از هم پاشیدن روابط خانوادگی، آسیب اجتماعی، مشکلات مالی و عملی شود.

افرادی که اقدام به خودکشی می‌کنند، خطر موفقیت‌شان در اقدام‌های بعدی بیشتر است؟

بله، هم از لحاظ روان‌شناسی و هم آماری، افرادی که یک‌بار اقدام به خودکشی می‌کنند، خطر موفقیت‌شان در اقدام‌های بعدی، به‌طور قابل توجهی بیشتر است. گویی کسانی که یک‌بار خودکشی را امتحان کرده‌اند، یک خط قرمز را رد کرده و بدون کمک، خطر اینکه دفعه بعد موفق شوند، خیلی بیشتر است. علت آن می‌تواند به‌خاطر این باشد که سابقه اقدام باعث آشنایی با فرایند خودکشی، یادآوری وجود مشکلات روانی حل نشده، ایجاد احساس ناامیدی و حس بی‌ارزشی مضاعف و کاهش ترس از مرگ شود. طبق تحقیقات، افرادی که یک‌بار اقدام به خودکشی کرده‌اند، ۳۰ تا ۴۰ برابر بیشتر از جمعیت عمومی در معرض خودکشی منجر به مرگ در آینده هستند. نتیجه می‌تواند بسته به شدت اقدام اول (شدید یا سطحی)، اقدام برای درمان پس از خودکشی و میزان حمایت اجتماعی متغیر باشد.

با در نظر گرفتن شرایط اجتماعی جامعه، آیا بیش از گذشته در معرض خودکشی هستیم؟

اینکه آیا الان بیشتر از گذشته در معرض خودکشی هستیم یا نه، یک سؤال پیچیده است که جوابش به عوامل مختلفی مثل مکان، فرهنگ، دسترسی به اطلاعات و تغییرات اجتماعی بستگی دارد. شاید به‌خاطر استرس‌های امروزی، تنهایی و پخش سریع اخبار خودکشی، بیشتر از قبل در معرض آن باشیم، ولی با حمایت و آگاهی می‌شود این روند را عوض کرد. طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی (WHO)، عدد میزان خودکشی در دهه‌های اخیر ثابت مانده، ولی در بعضی مناطق و گروه‌های سنی افزایش داشته است. تحقیقات آماری نشان می‌دهد در کشورهای پیشرفته، نرخ خودکشی از اوایل ۲۰۰۰ تاکنون، حدود ۳۰ درصد بیشتر شده است. در ایران آمار رسمی دقیق همیشه در دسترس نیست، چون خودکشی یک موضوع حساس است و گاهی گزارش نمی‌شود، اما مطالعات پراکنده نشان می‌دهد نرخ خودکشی در سال‌های اخیر، در بعضی شهرها و گروه‌ها (مثل جوان‌ها) بالا رفته است. خودکشی در جوان‌ها (۱۵ تا ۲۹ سال) و مردها خیلی جاها بیشتر شده و در حال حاضر، دومین علت مرگ جوان‌ها در دنیاست. ممکن است افراد به‌خاطر فشارهای زندگی مدرن، شبکه‌های اجتماعی، دسترسی به ابزار، کاهش حمایت سنتی و ضعف سلامت روان بیشتر در معرض خطر باشند، اما یک نکته مثبت وجود دارد و اینکه در بعضی کشورها، مثل ژاپن یا کشورهای اسکاندیناوی، با برنامه‌های پیشگیری (مثل خطوط بحران، آموزش و درمان بهتر)، نرخ خودکشی کم شده است. پس این افزایش همه جا نیست و قابل کنترل است. در گذشته، خودکشی کمتر گزارش می‌شد، چون هم تابو بود و هم ثبت دقیقی وجود نداشت. الان با بهتر شدن آمار و بازتر شدن بحث، ممکن است به نظر بیاید که بیشتر شده، در حالی که شاید فقط بیشتر دیده می‌شود. از نظر تاریخی، خودکشی در زمان‌های بحران (مثل جنگ یا قحطی) هم بالا می‌رفت، پس فشارهای امروزی یک‌جور معادل مدرن آن می‌تواند در نظر گرفته شود.

نقش درمانگاه و درمانگر آموزش‌دیده در پیشگیری از بروز این آسیب چگونه است؟

درمانگاه و درمانگر آموزش‌دیده مثل یک سپر عمل می‌کنند که می‌توانند فرد را از لبه پرتگاه خودکشی برگردانند؛ با تشخیص، درمان و حمایت به موقع، راه زندگی را دوباره به او نشان دهند.

درمانگاه و درمانگر از طریق تشخیص زودهنگام، ارائه درمان هدفمند، ایجاد محیط امن، مدیریت بحران، آموزش مهارت‌های مقابله، حمایت بلندمدت، ارتباط با خانواده، در پیشگیری از خودکشی موثر باشند.

متأسفانه در جاهایی همچون ایران، کمبود درمانگاه‌های تخصصی، هزینه بالا و انگ اجتماعی، می‌تواند دسترسی را سخت کند، ولی حتی یک درمانگر در یک کلینیک ساده هم اگر آموزش دیده باشد، می‌تواند تفاوت بزرگی ایجاد کند.

تأثیر رسانه در بروز یا پیشگیری از خودکشی چگونه است؟

رسانه مثل یک شمشیر دولبه است چراکه با تأثیری دوگانه و قدرتمند بر خودکشی، بسته به نوع محتوا، نحوه ارائه و مسئولیت‌پذیری رسانه، اگر خودکشی را بزرگ‌نمایی کند، می‌تواند تحریکش کند، ولی اگر امید و راه‌حل نشان دهد، می‌تواند جلوی خیلی از مرگ‌ها را بگیرد. رسانه‌ها از طریق اثر تقلید، عادی‌سازی خودکشی، دسترسی به اطلاعات خطرناک و فشار اجتماعی می‌توانند باعث افزایش بروز خودکشی شوند و با آگاهی‌بخشی، ترویج داستان‌های امید، ارائه منابع، کاهش انگ اجتماعی در پیشگیری از خودکشی، موثر باشند. رسانه با باز کردن بحث درباره سلامت روان و خودکشی به‌صورت مسئولانه می‌تواند تابوها را بکشند و باعث شود افراد راحت‌تر حرف بزنند و کمک بخواهند. در شرایط بحرانی خودکشی، اگر درمانگر در دسترس نباشد، سریع‌ترین و بهترین کار تماس با مراکز یا خطوط کمکی است که برای این موقعیت‌ها طراحی شده‌اند. در ایران، سازمان‌هایی چون اورژانس اجتماعی (۱۲۳)، اورژانس پزشکی (۱۱۵)، پلیس (۱۱۰) یا نزدیک‌ترین بیمارستان یا کلینیک در نظر گرفته شده‌اند. این خطوط می‌توانند سریع مداخله کنند و جان فرد را نجات دهند.

در نهایت از شما برای این دعوت و فرصتی که برای بحث درباره خودکشی دادید، سپاسگزاری می‌کنم؛ امیدوارم این گفت‌وگو به آگاهی و پیشگیری بیشتر کمک کند.

رسانه مثل یک شمشیر دولبه است چراکه با تأثیری دوگانه و قدرتمند بر خودکشی، بسته به نوع محتوا، نحوه ارائه و مسئولیت‌پذیری رسانه، اگر خودکشی را بزرگ‌نمایی کند، می‌تواند تحریکش کند، ولی اگر امید و راه‌حل نشان دهد، می‌تواند جلوی خیلی از مرگ‌ها را بگیرد

عرفان خوشخو | ایسنا

۹۰ هزار پلیس و امدادگر برای پیشگیری از تصادفات نوروز به خط شدند

■ غلامرضا مسکنی

رزمایش پلیس برای برقرار ماندن سفرهای امن نوروزی با اعلام آمادگی ۹۰ هزار نفر از مأموران پلیس و امدادگران به صورت رسمی آغاز شد.

هر ساله از چند روز مانده به سال نو، سفرهای زیارتی و تفریحی مردم کلید می‌خورد و این سفرها تا پایان نیمه اول فروردین ادامه دارد. آنچه طبق روال هر ساله موجی از نگرانی را همراه این سفرها به دنبال دارد، حادثه‌های رانندگی مرگباری است که تعداد زیادی از مسافران را به مقصد نمی‌رساند و در حالی که در همین ایام که همه به شادی و سرور مشغول هستند، جمع زیادی از هموطنانمان به خاطر سوانح رانندگی لباس سیاه عزا به تن می‌کنند.

■ **حضور پلیس و احساس امنیت**

حضور نیروی فیزیکی پلیس در جاده‌ها و خیابان‌ها بی‌شک تأثیر زیادی در جلوگیری از تخلفات رانندگی و به خصوص تصادفات مرگبار دارد. معمولاً رانندگان قانونمند با دیدن پلیس در جاده‌ها احساس امنیت بیشتری پیدا می‌کنند و رانندگان متخلف هم به سبب توقیف و جریمه خودرویشان دست از حرکات خطرناک و خلاف قانون بر می‌دارند و حداقل مسافتی را قانونمند رانندگی می‌کنند. به همین سبب پلیس هر ساله در چنین ایامی در آماده‌باش کامل به سر می‌برد و تعداد زیادی از نیروهایش را در جاده‌ها و بزرگراه‌ها به خط می‌کند به امید اینکه تصادفات را به حداقل برسانند و هموطنان نوروز کم خطری را سپری کنند.

■ **برخورد قاطع با رانندگان متخلف**

از سوی دیگر بررسی‌ها و آمارها حکایت از آن دارد اکثر تصادفات رانندگی از سوی تعدادی از اقلیت رانندگان رقم می‌خورد. رانندگان متخلف که هیچ ابایی از ارتکاب تخلف ندارند، علاوه بر اینکه جان خود و سرنشینان خودروی خود را به خطر می‌اندازند، جان افراد بی‌گناه دیگری را هم که تخلفی مرتکب نشده‌اند، می‌گیرند. از این رو برخورد جدی و بدون اغماض با این رانندگان درخواست قاطبه مردم است و پلیس هم امسال وعده داده‌است با رانندگان متخلف هیچ مماشاتی نمی‌کند و چنانچه نظاره‌گر حرکات خطرناک و حادثه‌ساز رانندگانی باشد، خودروهای آنها را توقیف و اجازه تردد به آنها نمی‌دهد.

سردار رضایی، جانشین فرمانده کل انتظامی کشور صبح دیروز شنبه بیست و پنجم اسفند در طرح رزمایش نوروز ۱۴۰۴ از برخورد قاطع با رانندگان پرخطر خبر داد و اعلام کرد پلیس در طرح نوروزی بدون هیچ اغماضی با این رانندگان که جان و مال دیگران را به خطر می‌اندازند، برخورد جدی می‌کند.

وی گفت: «ما همه ساله در آستانه سال نو چنین نشستی با دستگاه‌های مختلف در راستای ایجاد امنیت و آرامش داریم و امروز هم در این رزمایش با رمز امام حسن مجتبی (ع)، ۹۰ هزار نیرو از یگان‌های مختلف امدادی، خدمت‌رسان و پلیس حضور دارند.

جانشین فرمانده فراجا با بیان اینکه ما نسبت به سال گذشته، شاهد کاهش حدود ۱۰/۵ درصدی در جان‌باختگان تصادفات بوده‌ایم، ادامه داد: این امر نشان‌دهنده عملکرد مطلوب دستگاه‌های مرتبط در این حوزه است و امسال هم با حضور رئیس‌جمهور، وزیر بهداشت و تمامی دستگاه‌های امدادی در اجرای شعار «نه به تصادف»، قطعاً شاهد کاهش تصادفات، به‌ویژه حوادث منجر به فوت خواهیم بود.

■ **خط قرمز پلیس**

سردار رضایی افزود: بیش از ۹۰ درصد رانندگان قوانین راهنمایی و رانندگی را رعایت می‌کنند و تنها ۱۰ درصد از رانندگان مرتکب تخلف می‌شوند، آن ۱۰ درصد از رانندگان متخلف که حقوق شهروندان را رعایت نمی‌کنند باید بدانند پلیس با جدیت با آنان برخورد خواهد کرد و اجازه تردد در جاده‌ها را به آنها نخواهد داد. کسانی که هنجارشکنی و در جاده‌ها مزاحمت ایجاد می‌کنند یا بار قاچاق دارند، پلیس با آنها مماشات نخواهد کرد.

وی همچنین در حاشیه این طرح در جمع خبرنگاران از افزایش تعداد مصدومان ناشی از انفجار مواد محترقه در ایام تعطیلات گذشته خبر داد و گفت: در ۲۵ روز اخیر، بیش از ۴۰۰ نفر مصدوم و تعدادی نیز دچار سوختگی و آسیب به چشم شده‌اند که عمدتاً افراد زیر ۲۰ سال هستند. هنجارشکنان بدانند ایجاد راهبندان و ترافیک سنگین در چهارشنبه آخر سال خط قرمز پلیس است.

■ **توقیف خودروهای با خلافی بالای ۵ میلیون تومان**

یکی از نشانه‌های رانندگان متخلف میزان جریمه‌هایی که در کارنامه رانندگی آنها ثبت شده‌است و پلیس در طرح ترافیکی نوروز ۱۴۰۴ به این رانندگان هشدار داده خودروهای با خلافی بالای ۵ میلیون تومان در ایام نوروز در جاده‌ها توقیف می‌شوند. این شیوه شاید در بروز حوادث رانندگی مؤثر باشد و با توجه به افزایش مبلغ جریمه‌ها، رانندگان متخلف از ترس توقیف خودرویشان کمتر مرتکب تخلف شوند.

رئیس پلیس راهور فراجا در حاشیه این طرح، از اجرای طرح ویژه‌ای برای توقیف خودروهایی با خلافی بالای ۵ میلیون تومان در ایام نوروز خبر داد و از مسافران خواست که قبل از سفر، نسبت به میزان خلافی خودروی خود مطلع شوند.

سردار سیدتیمور حسینی افزود: در صورت مواجهه با خودروهایی که تخلفات آنها بالای ۵ میلیون تومان است، مأموران پلیس راهور اقدام به توقیف خودرو و از تردد آنها جلوگیری می‌کنند. همچنین این خودروها به پارکینگ منتقل خواهند شد.

■ **نظارت بر امداد خودروها**

سردار حسینی همچنین از آغاز طرح ویژه پلیس برای مقابله با امدادهای غیرمجاز جاده‌ای خبر داد و بر لزوم استفاده از خدمات امداد رسمی و مجاز تأکید کرد.

وی در خصوص نظارت بر امداد خودروها گفت: امسال نظارت بر عملکرد امداد خودروها به طور جدی در دستور کار پلیس قرار گرفته است و از ۱۵ اسفند طرحی را آغاز کردیم که در آن با امدادهای غیرمجاز برخورد خواهیم کرد. تنها یگان‌های امدادی مجاز که دارای مجوز رسمی هستند، از جمله امداد خودروی ایران، سایپا و امدادهای کانون و سایر امدادهای دارای مجوز، می‌توانند در جاده‌ها و شهرها فعالیت کنند.

وی با بیان اینکه حضور امدادهای رسمی و قانونی شرط یک سفر ایمن است، افزود: امدادهای غیرمجاز علاوه بر ایجاد مشکلات برای مسافران، در برخی موارد با دریافت مبالغ غیرمنصفانه همراه است که پلیس با آنها برخورد جدی خواهد داشت.

سردار حسینی همچنین به نقش مردم در کاهش تصادفات اشاره کرد و گفت: مشارکت مردم در رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی می‌تواند به کاهش تصادفات و حفظ ایمنی جاده‌ها کمک زیادی کند. در این راستا، رفع نقاط حادثه‌خیز جاده‌ها در دستور کار قرار دارد و در برخی مسیرها، با استفاده از موانع سبک، جداسازی مسیرها به صورت موقت انجام شده‌است.

وی در پایان از رانندگان و شهروندان خواست تا با همکاری با پلیس و رعایت قوانین، در تأمین امنیت جاده‌ها نقش مؤثری ایفا کنند.